

Proses Nrimo pada Lansia

Robiah Uswatun Hasanah, Satih Saidiyah
Prodi Psikologi Fakultas Ilmu Sosial Humaniora
UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta
satihsaidiyah@yahoo.co.id

Abstract. *This research intends to understand the process of nrimo on older people. Datas was collected with observation and interview. 2 older people who have different level of nrimo was observed and interviewed to explore the pocesses of nrimo. Significant person was interviewed too, then cross the datas with key person interview result. Two of the informan have two different way to give the meaning of their live. Older people who can nrimo feels that his live is simply happy. An the other that can't nrimo, feels that her live is hardship (susah). Based on this research, nrimo is natural ability. Although is natural ability older people have to improve their nrimo. The different of nrimo ability can influenced by 1) self awareness, experience openness, and differential awareness, 2) life orientation, 3) vertical relation with Gusti Allah, 4) importance. Nrimo give positive effect on older people, 1) increase the endurance to face badluck, 2) keep welfare on sufferness, 3) give better pshisical endurance, 4) increase self responsibility, 5) prevent the did that againts social norm and, 6) make quiet down.*

Key words: *nrimo, Java, older people*

Abstrak. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui proses nrimo pada lansia. Penelitian dilakukan dengan mengambil sampel 2 orang lansia yang memiliki tingkat nrimo yang berbeda kemudian membandingkan keduanya untuk mendalami proses-proses nrimo yang dialami oleh kedua sampel. Data dikumpulkan dengan melakukan wawancara pada key person dan significant person serta melakukan observasi. Kedua informan menunjukkan perbedaan dalam memaknai pengalaman hidupnya. Lansia yang tidak nrimo cenderung merasakan hidupnya susah sedangkan lansia nrimo merasa senang-senang saja. Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, dapat ditarik garis besarnya bahwa nrimo merupakan pembawaan, namun juga harus diusahakan supaya tetap berkembang. Perbedaan kemampuan nrimo dipengaruhi oleh faktor-faktor antara lain 1) kesadaran yang meliputi kesadaran diri, kesadaran terhadap pengalaman (keterbukaan) dan kesadaran akan perbedaan, 2) orientasi hidup, 3) hubungan vertikal dengan Gusti Allah dan, 4) kepentingan. Nrimo memberikan dampak positif bagi lansia antara lain, 1) meningkatkan daya tahan dalam menghadapi nasib buruk, 2) tetap gembira dalam penderitaan, 3) mempunyai daya tahan yang lebih baik secara fisik, 4) meningkatkan tanggung jawab diri, 5) menjaga diri dari perbuatan yang melanggar norma sosial, serta 6) ketenangan.

Kata kunci: nrimo, Jawa, lansia

Pendahuluan

Perkembangan manusia dapat digambarkan dalam bentuk garis sisi sebuah trapesium. Jalaluddin (2010) mengemukakannya sebagai berikut. Sejak usia bayi hingga mencapai kedewasaan digambarkan dengan garis miring menanjak, yang artinya selama periode tersebut terjadi proses perkembangan yang progresif. Pertumbuhan fisik berjalan cepat hingga

mencapai puncak perkembangannya, yaitu usia dewasa (22-24 tahun). Perkembangan selanjutnya digambarkan sebagai garis lurus sebagai gambaran terhadap kemantapan fisik yang sudah dicapai. Sejak mencapai masa dewasa hingga usia sekitar 50 tahun, perkembangan fisik manusia dapat dikatakan tidak mengalami perubahan yang banyak. Barulah di atas usia 50 tahun mulai terjadi periode regresi yaitu penurunan perkembangan yang drastis hingga lanjut usia (lansia).

Lanjut usia (lansia) mengalami perubahan besar dalam dirinya. Tak hanya perubahan fisik, tetapi juga diikuti perubahan dari aspek yang lain, yaitu, psikologis, sosial, emosional, dan sebagainya. Proses menjadi tua tersebut (penuaan) membawa dampak yang luar biasa bagi lansia.

Bromley (1990) mengemukakan, penuaan mengacu pada proses yang tidak terbatas pada makhluk hidup. Penuaan adalah proses yang alami. Penuaan merupakan antitesis dari perkembangan, atau dengan kata lain, merupakan kemunduran dalam perkembangan. Proses Penuaan bukan proses yang direncanakan, tetapi lebih pada sesuatu yang terjadi secara tiba-tiba dan merupakan konsekuensi bertambahnya usia.

Menurut BPS (Komnas Lansia, 2010), penduduk lansia di Indonesia pada tahun 2009 kemarin mencapai 19,32 juta orang atau 8,37 persen dari seluruh populasi masyarakat Indonesia. Rinciannya adalah sebagai berikut, penduduk lansia yang tinggal di perkotaan 8,36 juta orang atau 7,49 persen dari keseluruhan penduduk perkotaan. Sedangkan penduduk lansia di pedesaan sejumlah 10,96 juta orang atau 9,19 persen dari keseluruhan penduduk yang tinggal di pedesaan. Berdasarkan jenis kelamin, jumlah penduduk lansia perempuan sebesar 10,44 juta orang (8,96 persen dari keseluruhan penduduk perempuan) dan penduduk lansia laki-laki sejumlah 8,88 juta orang (7,76 persen dari keseluruhan penduduk laki-laki).

Penuaan memberikan pengaruh yang besar pada sistem syaraf manusia. Para lansia menjadi tidak peka terhadap reseptor-reseptor fisik dari lima indra, yaitu pembau, perasa, peraba, pendengaran, dan penglihatan. Kosnick dkk (Santrock, 2002) menyebutkan bahwa sebagian besar penurunan indra penglihatan dimulai pada awal dewasa menengah, namun pada usia lansia, penurunan menjadi semakin jelas. Sehingga, terkadang lansia perlu mendapat bantuan dari orang lain untuk membantu kegiatan-kegiatannya.

Meskipun mengalami penurunan kemampuan fisik, lansia di Jawa tidak kehilangan kehormatannya. Bagi orang Jawa, orang tua merupakan *pepundhen* (orang yang dihormati) yang harus *diajeni* (Suardiman, 2010). Geertz (1985) juga menyebutkan bahwa ketika orang tua di Jawa sudah semakin tua dan anak-anaknya mulai berumah tangga, seringkali anak-anaknya memboyong orang tuanya untuk ikut serta dalam rumah mereka. Sehingga dapat dikatakan kebutuhan lansia tercukupi apabila lansia tinggal di rumah. Selain itu, secara emosional orang tua mendapatkan kehangatan dari anak-anaknya. Namun kenyataannya pada masa dewasa ini lansia Jawa sering kali tidak selalu tinggal di rumah bersama dengan anak-anaknya.

Penelitian yang dilakukan oleh Haditono (1988), menunjukkan bahwa citra diri lansia dihindangi rasa kesepian. Rasa kesepian tersebut lebih besar pada kelompok lansia yang tinggal di panti daripada kelompok lansia yang tinggal di rumah sendiri. Walaupun kedua kelompok dihindangi rasa kesepian, pada kelompok penghuni rumah sendiri masih ada rasa kehangatan yang cukup dibandingkan kelompok penghuni panti. Oleh karena itu seringkali

ditemui lansia yang tidak betah tinggal di panti dan ingin pulang kembali dan hidup bersama anak-anak dan keluarganya.

Meskipun berbagai aspek kemampuan manusia menurun bersamaan dengan meningkatnya umur. Namun tidak demikian halnya dengan kearifan seseorang. Suardiman (2011) menjelaskan kearifan seseorang justru meningkat seiring dengan meningkatnya umur seseorang. Kekayaan pengalaman hidup akan memperkuat seseorang dalam berbicara dan bertindak terutama pemecahan masalah. Lebih lanjut, Suardiman (2011) mengemukakan lansia sebagai generasi terdahulu, memiliki pengetahuan tentang kearifan lokal yang lebih baik daripada generasi yang lebih muda. Para lansia memahami, menghayati, dan bahkan menjadi pelaku bagi berbagai kearifan lokal yang diyakini sangat bermanfaat bagi tatanan kehidupan.

Salah satu kearifan yang menjadi sikap hidup orang Jawa adalah *nrimo*. Masyarakat Jawa sangat familiar dengan ungkapan *nrimo ing pandum*. Suratno dan Heniy (2009) mengartikan ungkapan tersebut dengan menerima jatah (*pandum*) secara ikhlas, tidak menggerutu (*nggresula*), apalagi berprasangka negatif kepada *Sang Pandum (Gusti Allah)*. *Unen-unen* ini yang sering dikatakan oleh para orang tua Jawa.

Selain itu, *nrimo* dapat memberikan kekuatan lebih untuk menghadapi kenyataan. Seperti yang diungkapkan dalam penelitian Kwartarini (2011) mengenai sikap hidup *nrimo* pada korban gempa 2006 Yogyakarta, *nrimo* memberikan energi positif untuk dan merekonstruksi keadaan yang lebih baik. *Nrimo* juga membuat orang selalu menjaga diri dari *rasa dengki, srei, lan iri* yang dimiliki manusia. Soeparno (2010) juga menyebutkan dalam penelitiannya bahwa kemiskinan tidak selalu berhubungan dengan kriminalitas sejauh orang-orang dapat *nrimo*. Begitu pula apabila *nrimo* ini dimiliki oleh lansia yang tinggal di panti jauh dari anak dan keluarganya yang lain.

Hal ini yang menarik minat peneliti untuk mengeksplorasi proses *nrimo* yang dialami lansia. *Nrimo* merupakan sebuah keadaan, sikap positif untuk menghadapi keadaan yang takterelakkan. Sikap inilah yang memberikan kekuatan untuk menerima segala sesuatu yang telah digariskan. Selain memberi kekuatan yang lebih bagi diri sendiri dalam menghadapi kenyataan hidup, *nrimo* dapat menjaga seseorang dari perbuatan yang melanggar norma sosial.

Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah mengeksplorasi proses *nrimo* pada lansia. Hal yang perlu menjadi perhatian, penelitian ini bukanlah penelitian tentang upaya mencapai *nrimo* pada lansia.

Metode Penelitian

Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian kualitatif dengan menggunakan studi kasus sebagai strategi penelitian. Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan wawancara dan observasi. Selain karena subjek buta huruf, subjek terlalu tua untuk merespon alat tes psikologis. Wawancara dan observasi digunakan karena tema yang diangkat bersifat pribadi, individual dan rahasia.

Hasil dan Pembahasan

1. Proses *Nrimo* pada Lansia

a. Makna *nrimo*

Nrimo secara harfiah berasal dari kata *trimo*. Badan Pekerja Kongres Bahasa Jawa (2001) menyebutkan *nrimo* berarti *nampa kalawan panuwun, wis sumeleh atine, wis isoh nampa tumrap apa sing kedadeyan ning uripe*. *Nrimo* merupakan salah satu kearifan lokal Jawa generasi terdahulu yang telah diturunkan dari generasi ke generasi sesudahnya.

Berdasarkan hasil wawancara dengan informan 1, *nrimo* menurutnya adalah menerima apa adanya, harus sabar, tabah, dan tidak boleh *nggresula*. Sedangkan informan 2 menggambarkan *nrimo* sebagai perbuatan tidak *cawe-cawe* (mengurusi urusan orang lain), tidak *grupyakan* (bingung mencari-cari yang dibutuhkan), tetapi apa adanya karena memang tidak mampu. *Nrimo* itu mengakui kenyataan (*ngandel*), sebab jika tidak *ngandel* maka hanya *ngayawara* (omongan atau ucapan tanpa berdasarkan kenyataan) saja, *ngapusi*.

Berdasarkan data di atas dapat ditarik garis besarnya bahwa *nrimo* itu menekankan pada kata apa adanya (*apa anane*). Apa pun yang didapatkan dalam hidup, baik rezeki sedikit atau banyak, nasib baik atau buruk, segalanya merupakan ketentuan yang harus diterima apa adanya. Secara lebih rinci lagi, *nrimo* dicirikan dengan beberapa sikap antara lain tidak *nggresula*, *cawe-cawe*, dan *grupyakan*, serta sabar dan tabah. *Ngresula* dalam kamus Bausastra Jawa berarti *sesambat merga rekasa* (mengeluh karena susah). Sehingga dapat dikatakan orang *nrimo* itu tidak mengeluh.

Orang yang *nrimo* bukan berarti bersikap lemah, namun merupakan tindakan yang paling rasional yang dapat dilakukan dalam kondisi tak terelakkan. Hal ini juga sejalan dengan pendapat Susena (1997) bahwa *nrimo* merupakan reaksi yang paling rasional dalam keadaan sulit dengan tidak ambruk, dan tidak menentang. Sehingga dapat disimpulkan bahwa *nrimo* bukan hanya *rasa* tetapi merupakan suatu keadaan. Orang tidak selalu langsung menuju pada keadaan *nrimo*. Untuk menuju pada suatu keadaan tersebut memerlukan proses. Selain itu, sikap *nrimo* juga merupakan ungkapan kebersyukuran terhadap apa yang telah diberikan oleh *Gusti Allah*. Jadi berdasarkan penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa *nrimo* adalah sikap yang paling rasional dalam keadaan sulit, yaitu dengan menerima ketentuan *Gusti Allah* secara apa adanya dengan tidak menolak dan tidak lemah dibuatnya, yang merupakan ungkapan kebersyukuran kepada *Gusti Allah*, yang ditunjukkan dengan sikap tidak *nggresula*, *ngayawara*, *cawe-cawe*, dan *grupyakan*.

Nrimo dalam tinjauan psikologis dapat dijelaskan melalui teori sikap. Seperti yang dikemukakan oleh Atkinson (2008), sikap memiliki tiga aspek. Aspek tersebut adalah aspek afektif, kognitif, dan perilaku. Kaitannya dengan *nrimo* akan dijelaskan sebagai berikut.

1) Aspek kognitif

Yaitu berupa keyakinan yang mengarah pada *nrimo*. Seperti yang telah diungkapkan di atas, *nrimo* merupakan keyakinan bahwa segala sesuatu yang terjadi merupakan ketentuan dari *Gusti Allah*.

2) Aspek afektif

Aspek afektif yang merupakan perasaan dalam *nrimo*, yaitu perasaan menerima, terbuka, dan rasa bersyukur atas ketentuan yang telah diberikan oleh *Gusti Allah*.

3) Aspek perilaku

Yaitu merupakan sikap *nrimo* yang dimunculkan dalam bentuk nyata maupun kecenderungan. Aspek perilaku ini antara lain terlihat dalam perilaku tidak *nggresula*, *ngayawara*, *cawe-cawe*, dan *grupyakan*.

Bagaimana ketiga aspek tersebut berinteraksi dalam *nrimo* pada lansia akan dijelaskan dalam subbab selanjutnya.

b. Proses *nrimo* pada lansia

Keterbukaan terhadap pengalaman menjadi penting dalam proses *nrimo* pada lansia karena berhubungan langsung dengan kesadaran. Dengan kesadaran inilah orang mengetahui realitas yang paling dalam. Bahasan mengenai kesadaran ini secara lebih terinci akan dijelaskan pada subbab berikutnya mengenai faktor-faktor yang mempengaruhi proses *nrimo* pada lansia.

Bahasan pertama, mengenai kapan pembentukan sikap *nrimo* yang dimiliki oleh lansia. Teori tentang pembentukan sikap dijelaskan dalam psikologi sosial, menurut Baron dan Byrne (2009), sikap dibentuk melalui interaksi dengan orang lain atau dengan mengobservasi tingkah laku orang lain. Proses ini dapat terjadi dengan jalan *classical conditioning*, *instrumental conditioning*, *observational learning*, dan perbandingan sosial. Sedangkan dalam kamus psikologi (Chaplin, 2008), *attitude* (sikap) bersumber dari kultur, familial, dan personal, yaitu anggapan atau kecenderungan bahwa sikap-sikap itu akan berlaku dalam kebudayaan dimana individu dibesarkan.

Sedangkan dalam wawancara pada mbah FDH (informan 2), mbah mengaku bahwa *nrimo* yang mbah FDH (informan 2) rasakan bukanlah sesuatu yang mbah pelajari dari luar, tetapi dengan mempelajari dirinya sendiri (INF2-FDH-W7:L211-212). Berbeda dengan teori sikap yang dikemukakan oleh Baron dan Byrne di atas, proses *nrimo* pada mbah FDH dimulai dengan mengalami apa yang terjadi dengan dirinya (INF2-FDH-W7:L211-212). Proses mengalami ini berarti menghayati pengalaman yang pernah dialami baik dalam pikiran maupun emosi. Handayani dan Novianto (2008) menjelaskan, menghayati pengalaman sendiri baik secara pikiran maupun emosi, dalam konteks psikologi disebut *metakognisi* dan *metamood*. Artinya, lansia menyadari pengalaman-pengalamannya berdasarkan pikiran-pikirannya dan menyadari apa yang dirasakan pada pengalamannya itu.

Menghayati pengalaman bukan berarti lansia berlarut-larut dalam kesedihan, kesenangan maupun penderitaan. Lansia *nrimo* bukan lansia yang tidak pernah mengalami sakit hati atau penderitaan dalam hidupnya. Seperti halnya penuturan mbah FDH, rasa *gela* (kecewa), sedih, kangen adalah hal wajar yang terjadi pada manusia. Namun kemudian orang tidak boleh hanyut di dalamnya, tenggelam dalam perasaannya (INF2-FDH-W6:L126-131). Ketika orang sudah mengetahui perasaannya orang harus kemudian bangkit dari keterpurukannya karena segala yang telah terjadi sudah merupakan ketentuan dari *Gusti Allah* (INF2-FDH-W6:L126-131). Manusia hanya harus berikhtiar, dan ikhtiar yang dilakukan adalah untuk *Gusti Allah* (INF2-FDH-W1:L488-490). Ini merupakan manifestasi dari aspek perilaku sikap *nrimo*.

Seperti yang diungkapkan oleh Chaplin di atas, sikap *nrimo* dapat berasal dari kultur, yaitu kecenderungan bahwa sikap tertentu berlaku dalam kebudayaan dimana individu dibesarkan. Hal ini didukung pula dengan pendapat Handayani dan Novianto (2008) yang menyebutkan, kesadaran melalui *rasa* merupakan inti kecerdasan emosional pada masya-

rakat Jawa. Kesadaran ini mengalir dari luar ke bagian dalam, dari penguasaan lahir ke pengembangan batin, dari menjadi sungguh-sungguh sadar terhadap situasi sosial sampai menjadi peka terhadap kehadiran “kehidupan”, dan perwujudan kehidupan itu dalam batin seseorang. Dengan kata lain, *nrimo* dipelajari dengan melihat ke dalam diri, bukan melihat ke luar atau orang lain.

Menurut ingatan mbah FDH (informan 2), mbah sudah mulai *nrimo* sejak muda, kira-kira 18 tahun (INF2-FDH-W7:L102). Piaget (King, 2010) dalam teori tentang perkembangan kognitif menjelaskan bahwa remaja pada usia 12 hingga 19 tahun sudah mulai mengembangkan pemikiran yang sistematis tentang segala hubungan yang rasional terkait dengan masalah, memiliki kemampuan berpikir abstrak dan ideal, dan proses berpikirnya itu sendiri. Perkembangan kognitif dalam tahapan ini disebut tahapan operasional formal. Pada tahapan ini pula mbah FDH (informan 2) sudah mulai menghayati pengalaman-pengalaman yang terjadi pada dirinya. Kesadaran akan diri mulai berkembang pada diri mbah FDH pada usia ini.

Usia demikian ini pula, mbah FDH (informan 2) menyadari akan keterhubungannya dengan *Gusti Allah*. Seperti diungkapkan oleh Susilaningih (1996) perkembangan *conscience* atau hati nurani keagamaan mulai terbentuk pada usia anak melalui proses sosialisasi sejak usia dini, yaitu proses imitasi pada usia 3 hingga 6 tahun, kemudian penguatan berlanjut pada usia 6 hingga 12 tahun. Sesuai dengan teori yang dikemukakan oleh Susilaningih tersebut, dalam kenyataannya sejak kecil mbah FDH sudah mulai dikenalkan pada agama. Ajaran yang paling ditekankan oleh orang tua mbah FDH adalah tentang agama (INF2-FDH-W2:L43-48). Ajaran yang sudah disosialisasikan oleh orang tua mbah FDH (informan 2) ini kemudian menguat karena adanya pola pembiasaan. Kemudian setelah *conscience* menguat, barulah *conscience* tersebut berfungsi pada masa remaja, yaitu sesuai dengan berkembangnya kemampuan berpikir abstrak yang dimiliki oleh remaja, yaitu pada usia 18 tahun pada mbah FDH (informan 1).

Lebih lanjut lagi Susilaningih (1996) menjelaskan fungsi *conscience* tersebut sebagai pengarah (*inner direction*) sikap dan perilaku remaja, membantu tumbuhnya rasa disiplin dan tanggung jawab dalam berperilaku, serta membantu proses pemilikan dasar-dasar nilai dari *way of life* yang akan menjadi pegangan dalam hidup bermasyarakat. Berfungsinya *conscience* tersebut menjadi pengarah dalam setiap tindakan mbah FDH (informan 2) dan secara tidak langsung akan membentuk gaya hidup yang religius yang akan diteruskan secara berkesinambungan (*continue*) pada usia-usia mbah FDH sesudahnya.

Telah dijelaskan di atas bagaimana pembentukan sikap *nrimo*, selanjutnya akan dibahas aspek-aspek dari sikap *nrimo* dan bagaimana ketiganya saling berinteraksi menjadi sebuah komponen sikap *nrimo*.

1) Aspek kognitif

Sikap *nrimo* yang telah terbentuk menjadi sebuah kecenderungan reaksi dalam menghadapi hal-hal yang terjadi. Aspek kognitif dalam sikap *nrimo* adalah keyakinan bahwa segala sesuatu yang telah terjadi merupakan ketentuan dari *Gusti Allah*. Orang yang *nrimo* senantiasa meyakini hal ini dalam hidupnya.

Geertz (1983) mengemukakan tentang mekanisme pertahanan utama yang dimiliki oleh orang Jawa yang disebut *puntu*. *Puntu* adalah sejenis dialog yang terjadi dalam diri sendiri agar individu tidak merasakan sesuatu yang akan dirasakan secara mendalam (Geertz, 1983). Begitu pula dalam proses *nrimo*, selalu terjadi dialog batin.

Ilustrasinya sebagaimana terlihat dalam transkrip verbatim berikut ini,
oo ya wis ketentuane ya gitu. (INF2-FDH-W7:L76-78)

O ya sudah ketentuannya ya begitu.

...kegagalan niku kadang-kadang enten yang lebih baik. (INF2-FDH-W7:L94-96)

...kegagalan itu kadang-kadang ada yang lebih baik.

... pun ketentuane ngaten. (INF2-FDH-W2:L314-320)

...sudah ketentuannya begitu.

Dialog tersebut merupakan dialog untuk menenangkan diri, supaya peristiwa buruk yang dialami tidak begitu dirasakan, sehingga orang tidak perlu berlarut-larut dalam penderitaannya. *Puntu* sendiri tidak hanya dimiliki oleh mbah FDH (informan 2) saja tetapi juga mbah DL (informan 1).

Angger kancane etuk apa-apa ngaten. Sing apik-apik kula mboten meri...apik-apik kula mboten meri. Wong kula nduwe pakaian okeh sak lemari. Ya pakaian kula dhewe pakaian kula dhewe (INF1-DL-W1:L938-944).

Kalau temannya dapat apa-apa gitu. Yang bagus-bagus saya tidak meri (iri)...bagus-bagus saya tidak meri. Orang saya punya pakaian banyak satu lemari. Ya pakaian saya sendiri pakaian saya sendiri.

Sehingga dapat dikatakan, lansia Jawa tidak ingin begitu mendalami perasaan yang membuatnya tidak nyaman. Namun meskipun begitu, apabila dicermati, kedua informan menunjukkan *puntu* yang berbeda. Perbedaannya ialah isi dari dialog internal tersebut. *Puntu* yang terjadi dalam dialog internal mbah FDH lebih merupakan penyerahan terhadap ketentuan *Gusti Allah* (nasib). Sedangkan *puntu* pada mbah DL lebih merupakan mekanisme pertahanan (*defence*) karena mbah merasa *meri*, *rasa* yang tidak pantas dimiliki oleh orang Jawa pada umumnya.

Puntu yang telah dijelaskan di atas menunjukkan bagaimana gambaran kognitif sikap *nrimo*, yaitu keyakinan bahwa segala sesuatu telah diatur atas ketentuan-Nya. Kemudian secara sadar individu harus menerima ketentuan-Nya karena sikap itulah yang paling rasional yang dapat dilakukan.

2) Aspek afektif

Aspek afektif *nrimo* merupakan perasaan menerima secara terbuka segala sesuatu yang telah terjadi. Orang Jawa selalu berusaha untuk menjaga kestabilan emosinya. Aspek emosi terlihat dalam upaya untuk menjaga ketenangan jiwa untuk tidak terlalu larut dalam emosi yang negatif. Penenangan diri yang dilakukan melalui *puntu* tersebut membuat mbah FDH (informan 2) bahkan tidak merasa sedih atau kecewa, mbah FDH menyebutkan perasaannya dengan “biasa biasa saja atau datar” (INF2-FDH-W1:L28). Ini bukan berarti mbah tidak memiliki emosi. Justru hal tersebut menunjukkan mbah FDH memiliki kecerdasan emosi yang tinggi dan paling *alus*. Geertz (1983) menjelaskan kedataran afek bagi orang Jawa merupakan suatu keadaan psikologis yang paling berharga, sebagai pertanda bahwa watak benar-benar *alus*.

Sejalan dengan pendapat Geertz di atas, Handayani dan Novianto (2008) menjelaskan, pribadi Jawa selalu diharapkan untuk berusaha menumpulkan dorongan hati dan kecenderungan naluriah (nafsu). Orang Jawa berusaha mencegah emosi-emosi kuat dalam dirinya karena akan dianggap kurang pantas. Orang Jawa akan senantiasa

menjaga kestabilan batinnya dengan menaklukkan dirinya dari nafsu. Hal ini juga diungkapkan oleh Goleman (2007) bahwa menjaga emosi yang merisaukan tetap terkendali merupakan kunci menuju kesejahteraan emosi.

Menjaga kestabilan emosi dan tidak terlalu bergejolak merupakan bagian dari kepribadian Jawa. Kestabilan disini bukanlah didasari oleh rasa tidak aman (seperti kebutuhan akan keteraturan dan kestabilan pada orang yang *obsesif kompulsif*) tetapi lebih merupakan bagian dari kebudayaan Jawa yang menganggap tidak pantas gejala jiwa yang berlebihan.

Berbicara mengenai afeksi dalam sikap *nrimo* tidak terlepas dari bahasan tentang emosi dalam kultur Jawa. Masih terkait dengan kesadaran diri yaitu individu tidak ingin berlarut-larut dalam perasaannya, individu cenderung bardamai dengan perasaan-perasaan yang dialaminya. Emosi negatif menunjukkan ketidakstabilan emosi yang menurut masyarakat Jawa hal tersebut dianggap tidak pantas. Selain karena tidak pantas, emosi negatif yang berlarut-larut tidak baik karena seolah-olah (*kaya-kaya*) menunjukkan bahwa individu tersebut tidak bersyukur atas ketentuan yang telah diberikan oleh *Gusti Allah*.

3) Aspek perilaku

Aspek perilaku ditunjukkan dengan melakukan segala sesuatu secara maksimal sesuai dengan kemampuan. Sikap *nrimo* muncul dalam perilaku tidak *nggresula*, *ngayawara*, *cawe-cawe*, dan *grupyakan*.

Sebagaimana disebutkan oleh Frankl (Baihaqi, 2008), sejauh seseorang sadar, seseorang itu diwajibkan untuk menyadari nilai-nilai. Tanggung jawab tersebut tidak dapat dielakkan jika seseorang ingin memelihara kesehatan psikologisnya. Seperti yang nampak dalam wawancara, individu *nrimo* cenderung berusaha maksimal dalam kegiatan sehari-harinya (INF2-FDH-W4:L93-97). Hal tersebut mengembangkan kemandirian pada lansia. Seperti terdapat dalam hasil observasi, lansia *nrimo* berusaha melakukan segala sesuatunya sendiri. Sehingga secara tidak langsung, *nrimo* juga memberi dampak kemandirian pada lansia.

2. Faktor yang Mempengaruhi *Nrimo* pada Lansia

a. Kesadaran

Mengenai kesadaran ini, Darminto menyebutnya sebagai mawas diri (Jatman, 2000). Kemudian Bratakesawa (Darminto dalam Jatman, 2000) menjabarkannya lagi tentang mawas diri yang merupakan salah satu tingkatan dalam pengkajian diri dimana seseorang mencoba memahami dirinya dengan sejujur-jujurnya.

Tokoh psikoanalisis Sigmund Freud (Suryabrata, 1986) menyatakan bahwa pada dasarnya manusia takut mengetahui dirinya, cemas mendapat teguran dari superegonya, sehingga manusia menciptakan tabu-tabu. Sedangkan mawas diri menuntut kemampuan untuk mengenali dirinya sendiri secara jujur dan apa adanya. Sehingga dalam perspektif psikoanalisis berarti seseorang telah dapat menciptakan keseimbangan antara id, ego, dan superego dan berdamai dengan ketiganya.

Kaitannya dengan *nrimo* pada lansia, kesadaran yang harus dimiliki lansia meliputi kesadaran diri, kesadaran akan pengalaman, serta kesadaran akan perbedaan. Kesadaran diri meliputi kesadaran akan kemampuan-kemampuan diri sendiri baik kekuatan maupun kelemahan yang dimiliki. Handayani dan Novianto (2008) juga mengatakan, kesadaran

diri tersebut tidak hanya sebatas sebagai pengertian terhadap diri saja namun juga dapat membuka realitas baru dalam melihat kehidupan. Orang harus terlebih dahulu dapat menyadari diri sendiri untuk mencapai *nrimo*. Menyadari diri sendiri merupakan langkah pertama untuk memulai *nrimo*.

Kesadaran kedua yang perlu dimiliki oleh lansia adalah kesadarannya terhadap pengalaman. Kesadaran terhadap pengalaman ini kemudian akan membawa lansia pada keterbukaan pada pengalaman. Terbuka pada pengalaman artinya menerima secara terbuka pengalaman yang sudah dialami tanpa menolaknya. Baik yang dialami itu merupakan pengalaman yang menyenangkan atau tidak menyenangkan. Ilustrasi tentang keterbukaan terhadap pengalaman dapat dilihat melalui cuplikan hasil wawancara dengan mbah FDH (informan 2) di atas dan juga melalui bagaimana mbah FDH (informan 2) menceritakan pengalaman semasa mudanya tentang bagaimana beliau bekerja sebagai kuli selama bertahun-tahun (INF2-FDH-W1:L16-17), kehidupan asmaranya (INF2-FDH-W1:L318), kemudian kegagalannya dalam ujian kelulusan SMP (INF2-FDH-W1:L707-709), dan senangnya mbah FDH menceritakan tentang pengajian yang sering diikuti di mushola syuhada' (INF2-FDH-W1:L575-577).

Selanjutnya, kesadaran yang juga harus dimiliki oleh lansia terkait proses *nrimo* selain kesadaran akan kemampuan diri dan keterbukaan akan pengalaman, adalah kesadaran akan perbedaan. Kesadaran yang harus dipenuhi dalam mencapai *nrimo* adalah kesadaran bahwa setiap orang mempunyai nasib yang berbeda. Kesadaran tersebut mencegah lansia dari iri hati terhadap keberuntungan atau kebahagiaan orang lain. Sedangkan lawan dari kesadaran adalah *defence*. *Defence* merupakan salah satu mekanisme pertahanan.

Kesadaran merupakan langkah awal untuk mencapai *nrimo*. Sadar akan dirinya sendiri, pengalaman, dan juga perbedaan berarti berani mengakui kenyataan (*ngandel*) terhadap diri sendiri, pengalaman yang telah terjadi dan juga perbedaan antara manusia.

b. Hubungan Vertikal

Suseno (1948) menyebutkan bahwa *nrimo* merupakan pola pikir yang memfokuskan pada relasi vertikal, antara mikrokosmos yaitu manusia dan makrokosmos yaitu alam seluruhnya.

Relasi vertikal sangat dijaga oleh mbah FDH (informan 2). Mbah FDH bahkan menyebutkan secara gamblang adanya *Gusti Allah* yang berarti bukan hanya spiritualitas saja tetapi relijiusitas. Hubungannya dengan *Gusti Allah* tersebut terungkap adanya kepasrahan terhadap ketentuan yang telah diberikan oleh *Gusti Allah* yang tidak bisa diubah.

Terkait dengan relijiusitas, Verbit (Abdullah, dkk., 2006). menyebutkan dimensi-dimensi rasa agama yaitu *doctrine* (sejauh mana individu menerima hal-hal yang dogmatik dalam agamanya), *ritual* (sejauh mana seseorang mengerjakan kewajiban ritual di dalam agamanya), *emotion* (terdiri dari perasaan-perasaan dan pengalaman-pengalaman keagamaan yang pernah dirasakan dan dialami), *knowledge* (sejauh mana seseorang mengetahui tentang ajaran agamanya), *ethics* (mengukur sejauh mana perilaku seseorang dimotivasikan oleh ajaran agamanya di dalam kehidupannya), dan *community* (seberapa jauh seseorang pemeluk agama terlibat secara sosial pada komunitas agamanya).

Berdasarkan kesimpulan peneliti, perilaku keagamaan mbah FDH (informan 1) sudah mencakup seluruh dimensi. Dimensi doktrin ditunjukkan mbah FDH dengan cara mengakui atau mempercayai adanya *Gusti Allah*. Sedangkan dimensi ritual ditunjukkan mbah FDH

dengan *ritual* ditunjukkan dengan konsistensinya melaksanakan shalat di mushola (INF2-FDH-W1:L478-479). Dimensi *emotion* ditunjukkan dengan kedekatannya dengan *Gusti Allah* (INF2-FDH-W6:L52-55). Dimensi *knowledge* tercermin dari keikutsertaannya dalam pengajian panti (INF2-FDH-W2:L297-309) maupun radio (INF2-FDH-W6:L116-118) untuk meningkatkan pengetahuan keagamaan. Dimensi *ethics* yang dicerminkan dalam segala perilakunya yang dimotivasikan ibadah kepada *Gusti Allah* (INF2-FDH-W1:L927-932), serta dimensi *community* yang dapat dilakukan oleh mbah FDH untuk komunitas keagamaannya adalah dengan menjadi muadzin bila belum ada yang adzan (INF2-FDH-W1:L927-932).

Lain halnya dengan mbah FDH (informan 2), kaitannya dengan perilaku keagamaan, mbah DL (informan 1) jangkauannya tidak seluas mbah FDH. *Ritual* yang mbah DL lakukan adalah shalat (INF1-DL-W2:L363-364) dan berdoa (INF1-DL-W1:L861-865). Dimensi *doctrine* yang mbah yaqini adalah adanya *Gusti Allah* yang disebutkan beberapa dalam wawancara meskipun secara *emotional* mbah DL tidak merasa dekat dengan *Gusti Allah*. Begitu pula dengan dimensi *ethic* dan *community* yang belum dicapai. Demikian uraian singkat keberagamaan mbah FDH dan mbah DL. Uraian yang dijelaskan merupakan uraian singkat, masih perlu lebih didalami lagi apabila ingin mengkaji pengalaman keberagamaan lansia.

Sikap hidup *nrimo* erat kaitannya dengan tingkat relijiusitas, yang berupa kepasrahan atau penyerahan sepenuhnya kepada *Gusti Allah*. Menjaga hubungan yang baik dengan *Gusti Allah* membuat lansia tidak larut dalam kekecawaan dalam kehidupan karena lansia menjadi yaqin semua sudah merupakan ketentuan *Gusti Allah* yang tidak perlu disesali. (INF2-FDH-W6:L126-131).

c. Orientasi Hidup

Lansia yang *nrimo* mempunyai orientasi hidup yang cenderung menjauhi dunia. Bukannya tidak sama sekali mendekati dunia, tetapi lansia *nrimo* tidak berlarut-larut dalam gemerlapan dunia. Dunia hanya merupakan tipu daya dan penuh kebohongan.

Lansia yang *nrimo* tidak terlalu serius menjalani hidupnya. Tetapi bukan berarti menyepikan kehidupan dunia. Artinya, tidak terlalu larut dan hanyut dalam kehidupan di dunia. Kesadaran yang dimiliki oleh lansia yang *nrimo* mampu mengubah realitas internal menjadi realitas yang baru bagi lansia itu sendiri. Sehingga dapat ditarik garis besarnya bahwa lansia *nrimo* jauh dari sikap materialistis.

Chaplin (2008) menyebutkan materialisme sebagai pandangan yang menyatakan bahwa realitas satu-satunya adalah zat, barang, atau bahan (materi). Sementara menurut Handayani dan Novianto (2008) kesadaran dalam masyarakat Jawa sendiri dimulai dari penaklukan nafsu atau gairah badaniyah, yaitu pengendoran ketegangan fisik dan keheningan pancaindra serta pikiran. Lebih lanjut lagi dijelaskan, kesadaran bagi masyarakat Jawa merupakan penemuan diri sejati (*ingsun*) yaitu dengan tidak memusatkan pada indrawi atau pikiran. Jadi dengan kata lain, kebenaran tidak didasarkan pada apa yang dilihat, namun lebih pada apa yang dirasakan melalui kesadarannya.

Lansia yang *nrimo* tidak akan mengeluh karena pemberian pengunjung tidak enak atau bahkan jika tidak diberi. Lansia yang *nrimo* pun tidak akan merasa susah meskipun tidak punya uang atau materi. Oleh karena itu, lansia *nrimo* dapat lebih mudah beradaptasi dengan kondisinya.

d. Kepentingan

Masyarakat Jawa selalu diharapkan untuk menumpulkan dorongan hati dan kecenderungan naluriah. Hal ini merupakan cara untuk memperoleh kesadaran diri. Kesadaran diri tersebut tidak hanya sebatas sebagai pengertian terhadap diri saja namun juga dapat membuka realitas baru bagi lansia itu sendiri dalam melihat kehidupan (Handayani dan Novianto, 2008). Selanjutnya, informan 2 menjelaskan bahwa *nrimo* sebenarnya mudah jika tidak banyak kepentingan.

Gampil mawon ta. Pokoknya jangan banyak kepentingan (INF2-FDH-W2:L101-102). Mudah saja kan. Pokoknya jangan banyak kepentingan.

Terkait kepentingan, mbah DL (informan 1) masih memiliki beberapa keinginan tinggal di panti yaitu dijenguk anak atau keluarga (INF1-DL-W4:L40-41). Bagi lansia yang tinggal di panti, lansia akan jauh dari keluarga. Maka wajar lansia akan merindukan anak atau keluarganya. Namun yang menjadi tidak wajar adalah selain merindukan anak dan keluarga, mbah berharap selain dari itu, yaitu dukungan finansial yang diberikan oleh anak-anaknya.

Dukungan sosial yang dapat diberikan orang tua dapat berupa materi (Suardiman, 2008) namun hal tersebut hanya bersifat membantu, tidak membuat lansia menjadi tergantung. Belum lagi pelayanan dari panti yang sudah menyediakan makanan, pangan, dan tempat tinggal. Tetapi terkadang mbah DL tidak menyukai makanannya (INF1-DL-W1:L996-997) dan merasa susah karena jarang ada pengunjung sehingga tidak menambah dukungan finansial (INF1-DL-W3:L325-329).

Berdasarkan temuan tersebut dapat dikatakan bahwa mbah DL masih mempunyai beberapa kepentingan yang tidak sesuai dengan kemampuannya. Kemampuannya menerima sesuatu yang tidak dapat diubah belum tercermin dalam sikap ini. Sehingga realitas yang ditemukan mbah DL adalah *susah* (menderita). Belum lagi permasalahannya dengan mbah SH yang membuat mbah DL merasa *nelangsa* (INF1-DL-W1:L32-33).

Mbah FDH (informan 2) menasehati supaya manusia tidak terlalu banyak berangan-angan. Angan-angan yang terlalu tinggi melampaui kesadaran hanya membuat manusia tertipu (INF2-FDH-W6:L200-203) yang akan berujung dengan kesedihan (INF2-FDH-W7:L42-46). Angan-angan menuntut manusia untuk direalisasikan. Apabila itu tidak tercapai maka orang akan mengalami sedih atau kekecewaan. Sedangkan keinginan yang wajar itu menurut mbah FDH adalah keinginan yang sesuai dengan kemampuan. Manusia harus mempunyai sarana untuk mencapai keinginannya (INF2-FDH-W3:L61-64).

Berbicara masalah keinginan, keinginan mbah FDH sederhana saja, yaitu kesehatan (INF2-FDH-W1:L424-429). Mbah FDH mengaku sudah tidak mempunyai banyak keinginan, hanya perlu sehat. Mbah menyadari bahwa usianya sudah dalam tahapan terakhir dalam kehidupan manusia (INF2-FDH-W1:L424-429). Mbah menggambarkan bahwa sebentar lagi mbah sudah akan pergi dari dunia (meninggal). Jadi sudah tidak banyak keinginan lagi.

Mbah FDH menyadari akan usianya yang mendekati ajal. Mbah menggambarkan kematiannya secara *apik* yaitu sebagai suatu kepergian. Oleh karena itu mbah FDH sudah tidak bermimpi lagi, dan menurut mbah lebih baik menyiapkan kematiannya dengan mendekatkan diri kepada *Gusti Allah*. Kematian bagi mbah FDH merupakan realitas yang paling nyata dan di depan mata.

Ketakutan terhadap kematian juga tidak dialami oleh mbah FDH, meskipun pada waktu muda mbah FDH merasa ngeri jika dekat dengan kuburan (INF2-FDH-W2:L255-261). Bagi mbah FDH, rasa sakit menghadapi kematian merupakan ujian. Jika orang dapat menerimanya dan bersabar maka orang itu adalah orang yang beruntung. Realitas bahwa kematian itu menyakitkan berubah menjadi keberuntungan jika bersabar dan merupakan penebus dosa (INF2-FDH-W3:L304-308).

3. Dampak *Nrimo* pada Lansia

Penjelasan mengenai proses *nrimo* dan faktor-faktor yang mempengaruhinya sudah dijelaskan pada subbab di atas. Subbab ini akan menjelaskan dampak-dampak *nrimo* bagi lansia. *Nrimo* memberi dampak positif, antara lain sebagai berikut.

a. Memberi daya tahan untuk menerima nasib buruk

Handayani dan Novianto (2008) menyebutkan jika seseorang memiliki kesiapan untuk menghadapi nasib buruk dalam hidupnya dengan *nrimo* maka petaka akan kehilangan sengsaranya.

Nrimo memberi kekuatan untuk terus menjalani kehidupan meskipun sulit. Orang Jawa mengatakan, “*nek gampang ya gampang. Nek angel ya angel.*” Jika hidup itu mudah maka akan menjadi mudah. Jika hidup itu sulit maka akan jadi sulit.

Mbah DL (informan 1) menggambarkan penderitaannya dengan rasa sakit ketika tidak bisa mati. Sulit, senang, sengsara, dan penderitaan ada karena lansia menganggapnya demikian. Masalahnya ada pada cara lansia memandang realitas di hadapannya. Meskipun menderita, namun derita itu tidak benar-benar menjadi derita. Begitu pula dengan kesenangan, tidak benar-benar hanyut dalam kesenangannya itu. Sebagaimana Susena (1997) menggambarkan *nrimo* dengan *glad within sorrow and anxious within joy*, bahagia dalam penderitaan dan prihatin dalam kegembiraan.

b. Tetap gembira dalam penderitaan.

Orang yang *nrimo* tetap merasa gembira dalam penderitaan. Atau sebenarnya memang tidak pernah merasakan penderitaan. Masyarakat Jawa yang *nrimo* menghayati hidupnya dengan “biasa-biasa saja” dan “datar-datar saja”. Hal ini bukan menunjukkan bahwa manusia Jawa tidak menghayati pengalaman dengan baik, namun lebih pada menjaga *watak* agar tetap *alus* (Geerts, 1983). Mempunyai emosi ekstrem dianggap tidak pantas (Handayani dan Novianto, 2008).

Lansia yang *nrimo* meyakini bahwa segala yang sudah terjadi merupakan ketentuan. Mendapat nasib baik, nasib buruk, rejeki yang sedikit maupun banyak juga merupakan ketentuan, yang juga merupakan nikmat (INF2-FDH-W6:L43-49) yang harus disyukuri. Seperti halnya mbah FDH (informan 2) kenyataan yang buruk pun tetap harus disyukuri dan kemudian mbah FDH tidak mengalami kesulitan dengan kondisi kebutaannya (INF2-FDH-W1:L70-76).

c. Sehat jasmani

Lansia merupakan masa penurunan fungsi, termasuk juga fungsi kesehatan. Tidak seperti masa-masa sebelumnya, manusia mengalami perkembangan yang begitu pesat dalam fungsi dirinya. Kebalikan dari masa tersebut, lansia mengalami penurunan fungsi kesehatan yang pesat.

Tak hanya permasalahan penurunan fungsi fisik, lansia juga harus dihadapkan pada sejumlah stressor dalam hidupnya. Pinel (2009) menjelaskan bahwa semua stressor yaitu semua pengalaman yang menginduksi respon stres yang bersifat psikologis memberikan implikasi dalam kesehatan. Dua jenis stres yang telah ditemukan, yaitu *distress* apabila memberikan implikasi negatif bagi kesehatan dan *eustress* apabila memberikan implikasi positif terhadap kesehatan.

Kajian pada hasil wawancara yang telah dilakukan, ditemukan bahwa mbah DL sangat memikirkan anaknya hingga badannya serasa mau habis (INF1-DL-W3:L12-14). Kemudian ini berpengaruh pada pola makan dan pola tidur (INF1-DL-W3:L16-19). Setelah beberapa hari kemudian pada catatan observasi pada mbah DL (INF1-DL-O6) ditemukan bahwa mbah telah mengalami sakit, darah tingginya kambuh. Mbah DL tidak keluar kamar dan hanya memakai popok untuk buang air.

Memikirkan anak menjadi stres tersendiri bagi orang tua. Namun stres tersebut jika tidak dikelola dengan baik akan berkembang menjadi *distress* dan berpengaruh pada kesehatan. Stres psikologis yang mbah DL alami karena memikirkan anaknya, kemudian ditambah lagi pola makan dan pola tidur yang tidak teratur menurunkan kondisi kesehatan tubuh. Sehingga berakibat sakit atau kambuh penyakit yang pernah diderita.

Nrimo secara tidak langsung dapat meningkatkan efikasi diri dalam meningkatkan kesehatan dan fungsi fisik. Seperti pengalaman mbah FDH *dioyak-oyak* untuk senam yang menurut mbah FDH, senam itu ternyata menyehatkan (INF2-FDH-W4:L147-148).

Nrimo bagi lansia dapat menjadi sarana untuk menjaga kesehatan jasmani. Tingkat stres yang terlalu tinggi dapat menyebabkan orang sakit tak hanya secara psikologis tetapi juga fisik. Orang yang *nrimo* dapat menjaga kestabilan psikisnya, sehingga mempunyai daya tahan yang lebih kuat terhadap penyakit jasmani daripada orang yang tidak *nrimo*.

d. Meningkatkan tanggung jawab diri

Maslow (Jatman, 2000) menunjukkan bahwa seseorang pada dasarnya takut untuk mengetahui dirinya sendiri dikarenakan takut akan tanggung jawab yang harus dipikulnya. Sedangkan seseorang yang telah mengetahui dirinya dengan sejujurnya (sadar) maka orang itu akan mengetahui tanggung jawab dirinya. Sebagaimana disebutkan oleh Frankl (Baihaqi, 2008), sejauh seseorang sadar, seseorang itu diwajibkan untuk menyadari nilai-nilai. Tanggung jawab tersebut tidak dapat dielakkan jika seseorang ingin memelihara kesehatan psikologisnya.

Sedangkan *nrimo* merupakan keadaan dimana seseorang memiliki kesadaran yang tinggi terhadap dirinya. Sejalan dengan hal itu, kesadaran akan tanggung jawab terhadap diri sendiri juga meningkat. Maka tak jarang lansia *nrimo* dapat melakukan pekerjaan-pekerjaan yang sudah menjadi tanggung jawabnya berdasarkan kesadaran dirinya. Hal ini juga dapat mengembangkan kemandirian bagi lansia.

e. Sosial

Lansia *nrimo* tak hanya menyadari kewajiban terhadap dirinya sendiri, lansia juga menyadari bahwa ia memiliki kewajiban secara sosial, yaitu dengan menjaga keselarasan sosial. Handayani dan Novianto (2008) menjelaskan menjaga keselarasan sosial merupakan tuntutan sosial bagi setiap orang Jawa.

Lawan dari kesadaran adalah *defence* yang merupakan mekanisme pertahanan dengan menciptakan tabu-tabu supaya orang terbebas dari tanggung jawabnya. Hal ini dapat diambil contohnya dalam perilaku mbah DL (informan 1) yang tidak ingin bersosialisasi dengan tetangga (INF1-DL-W3:L20-24) dan bertengkar dengan mbah SH (INF1-DL-W4:L45-46) yang sering disebutkan dalam banyak wawancara.

Mbah FDH (informan 2) yang sudah dapat menyadari dirinya menyadari pula tuntutan untuk selalu menjaga keselarasan sosial. Mbah lebih memilih diam dari pada bertengkar ketika terjadi perselisihan (INF2-FDH-W4:L71) bahkan ketika beliau dikelabui karena kebutaannya (INF2-FDH-W7:L196-198). Selain itu, lansia yang *nrimo* mempunyai wibawa dan disegani secara sosial (SP-DU-W1:L192-199). Lansia yang *nrimo* merupakan contoh nyata dari orang tua yang memiliki kebijaksanaan.

f. Tenang

Nrimo berarti telah berdamai dengan kesulitan yang dialami. Lansia sudah dapat berdamai dengan kesulitan yang dialaminya. Lansia terhindar dari sifat-sifat yang mempengaruhi kestabilan emosinya seperti *meri*, *nggresula*, dan lainnya.

Nrimo berarti orang sudah tidak lagi mencari-cari sesuatu yang belum ada dari dirinya, tetapi menghargai apa yang sudah dimilikinya. Ketenangan yang akan didapatkan apabila seseorang dapat *nrimo*.

Kesimpulan

Berdasarkan pembahasan yang telah diutarakan sebelumnya, dapat ditarik kesimpulan bahwa,

Sikap *nrimo* terdiri dari tiga aspek :

a) Aspek Kognitif

Aspek kognisi ini biasanya sering terlihat dalam *puntu*, yaitu upaya berupa dialog dalam diri untuk menenangkan diri dalam kondisi yang tidak menyenangkan.

b) Aspek Afektif

Aspek afektif *nrimo* merupakan perasaan menerima secara terbuka segala sesuatu yang telah terjadi. Aspek emosi terlihat dalam upaya untuk menjaga ketenangan jiwa untuk tidak terlalu larut dalam emosi yang negatif. Emosi negatif menunjukkan ketidakstabilan emosi yang menurut masyarakat Jawa hal tersebut dianggap tidak pantas. Selain karena tidak pantas, emosi negatif yang berlarut-larut tidak baik karena seolah-olah (*kaya-kaya*) menunjukkan bahwa individu tersebut tidak bersyukur atas ketentuan yang telah diberikan oleh *Gusti Allah*.

c) Aspek Perilaku

Aspek perilaku ditunjukkan dengan melakukan segala sesuatu secara maksimal sesuai dengan kemampuan. Sikap *nrimo* muncul dalam perilaku tidak *nggresula*, *ngayawara*, *cawe-cawe*, dan *grupyakan*.

Nrimo pada mulanya terbentuk dengan upaya menghayati diri sendiri, baik secara kognisi dan emosi. Menghayati di sini tidak hanya sebatas mengerti apa yang terjadi pada diri sendiri tetapi lebih mendalam dari itu hingga individu menemukan realitas baru tentang diri.

Proses *nrimo* berkembang sejalan dengan perkembangan moral dan kognitif. Pada tahap remaja, yaitu ketika individu sudah mulai dapat mengembangkan pemikiran

abstrak, individu mulai mengembangkan hati nurani yang sudah dibentuk pada masa kanak-kanak.

Nrimo dipengaruhi faktor-faktor antara lain, kesadaran, orientasi hidup, hubungan vertikal dengan *Gusti Allah*, dan kepentingan. *Nrimo* memberikan dampak yang positif bagi lansia antara lain,

- a) Memberikan daya tahan untuk menerima nasib buruk,
- b) Tetap gembira dalam penderitaan,
- c) Memiliki daya tahan yang baik secara fisik,
- d) Meningkatkan tanggung jawab diri,
- e) Ketenangan.

Saran

1. Bagi panti werdha

Kegiatan pembinaan dan pemberdayaan yang dilakukan sebaiknya menggunakan bahasa atau strategi yang mudah dimengerti oleh lansia.

2. Masyarakat yang memiliki keluarga lansia

Masyarakat yang masih memiliki keluarga tentang lansia, diharapkan dapat lebih memperhatikan lansia. Merawat lansia di rumah lebih baik, karena biasanya anak-anaknya atau keluarganya lebih memahai kondisi lansia, selain lansia juga lebih merasa hangat tinggal dengan keluarganya.

3. Bagi peneliti selanjutnya

Bagi peneliti lain yang ingin meneliti tentang *nrimo*, sebaiknya dispesifikan lagi ke dalam tema yang lebih spesifik. Misalnya, *nrimo* terhadap keadaan ekonomi yang minim, keterbatasan fisik, dan sebagainya.

Daftar Pustaka

- Abdullah, M. A., dkk. 2006. *Metodologi Penelitian Agama, Pendekatan Multidisipliner*. Yogyakarta: Lembaga Penelitian Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta.
- Alwisol. 2009. *Psikologi Kepribadian*. Malang: UMM press.
- Arif, C. 2009. Mujahadah dan Sikap Hidup Nrimo Pedagang Plaza Parakan Kecamatan parakan Kabupaten Temanggung. *Skripsi*. Prodi Sosiologi Agama Fakultas Ushuluddin Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta.
- Atkinson, R. L. dan R. C. Atkinson. 2008. *Pengantar Psikologi Jilid II*. Jakarta: Erlangga.
- Azwar, S. 2007. *Validitas dan Reliabilitas*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Baihaqi, M. 2008. *Psikologi Pertumbuhan: Kepribadian Sehat untuk Mengembangkan Optimisme*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Baron, R. A. dan D. Byrne. 2009. *Psikologi Sosial Jilid I*. Jakarta: Erlangga.

- Bromley, D. B. 1990. *Behavioural Gerontology: Central Issues in the Psychology of Ageing*. Guilford: Biddles Ltd.
- Bungin, B. 2003. *Analisis Data Penelitian Kualitatif*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.
- Casmini. 2011. Kecerdasan Emosi dan Kepribadian Sehat dalam Konteks Budaya Jawa di Yogyakarta. *Ringkasan Disertasi*. Fakultas Psikologi Universitas Gadjah Mada Yogyakarta. Diunduh pada tanggal 28 September 2011 pukul 10.04 WIB.
- Chaplin, J. P. 2008. *Kamus Lengkap Psikologi*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Cresswell, J. W. 2010. *Research Design: Pendekatan Kualitatif, Kuantitatif, dan Mixed*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Erikson, E. H. 2010. *Childhood and Society*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Geertz, C. 1983. *Abangan, Santri, Priyayi dalam Masyarakat Jawa*. Jakarta: PT Djaya Pirusa.
- Geertz, H. 1985. *Keluarga Jawa*. Jakarta: PT Grafiti pers.
- Goleman, D. 2007. *Kecerdasan Emosional*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- Hadi, S. 2009. *Metodologi Research jilid II*. Yogyakarta: Andi Offset.
- Haditono, S. R. 1988. Kebutuhan dan Citra Diri Orang Lanjut Usia. *Laporan Penelitian*. Lembaga Penelitian Universitas Gajah Mada (tidak diterbitkan).
- Haditono, S. R., dkk. 1983. Aktivitas dan Non Aktivitas dalam Hubungan dengan Rasa Kebahagiaan dalam Lanjut Usia. *Laporan Penelitian*. Lembaga Penelitian Universitas Gajah Mada (tidak diterbitkan).
- Hall, C. S. dan G. Lindzey. 2009. *Teori-Teori Psikodinamik (Klinis)*. Yogyakarta: Kanisius.
- Handayani, C. S. dan A. Novianto. 2008. *Kuasa Wanita Jawa*. Yogyakarta: LKiS.
- Hurlock, E. B. 2006. *Psikologi Perkembangan*. Jakarta: Erlangga.
- Idrus, M. 2007. *Metode Penelitian Ilmu-Ilmu Sosial (Pendekatan Kualitatif dan Kuantitatif)*. Yogyakarta: UII Press.
- Jalaluddin. 2010. *Psikologi Agama*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Jatman, D. 2000. *Psikologi Jawa*. Yogyakarta: Yayasan Bentang Budaya.

- King, L. A. 2010. *Experience Psychology*. New York: McGraw Hill International Edition.
- Komisi Nasional Lanjut Usia. 2010. *Profil Penduduk Lanjut Usia 2009*. Jakarta: Komnas Lansia. Diunduh pada tanggal 8 Januari 2012 pukul 11.28 WIB.
- Kwartarini, W. Y. tt. The Magical Strength of *Nrimo* and Gotong Royong – A Quick Response Report Following The May 27, 2006 Earthquake in Yogyakarta (*Abstrak Jurnal*). Universitas Gadjah Mada Yogyakarta. Diunduh pada tanggal 2 Desember 2012 pukul 7.05 WIB.
- Magnis-Suseno, F. 1997. *Etika Jawa*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama.
- Magnis-Suseno, F. 1997. *Javanese Ethics and World-view*. Jakarta: Gramedia.
- Miles, M. B. dan A. M. Huberman. 1992. *Analisis Data Kualitatif*. Jakarta: UI-press.
- Moeleong, L. J. 2009. *Metodoloogi Penelitian Kualitatif*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Nasution, S. (2003). *Metode Penelitian Naturalistik – Kualitatif*. Bandung: Tarsito.
- Nasution, S. 2006. *Metode Research*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Pinel, J. P. J. 2009. *Biopsikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Poerwandari, E. K. 2005. *Pendekatan Kualitatif dalam Penelitian Psikologi*. Jakarta: Fakultas Psikologi UI.
- Pokja Akademik. 2006. *Psikologi Umum*. Yogyakarta: Pokja Akademik UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.
- Reksodihardjo, S., dkk. 1990. *Tata Kelakuan di Lingkungan Keluarga dan Masyarakat Daerah Jawa Tengah*. Yogyakarta: Departemen Pendidikan dan Kebudayaan.
- Santrock, J. W. 2002. *Life Span Development, Perkembangan Masa Hidup jilid II*. Jakarta: Erlangga.
- Soeparno, K. 2010. The Three Meaning of *Nrimo* (*Abstrak Jurnal*). Universitas Gadjah Mada Yogyakarta. Diunduh pada tanggal 23 Desember 2012 pukul 7.57 WIB.
- Suardiman, S. P. 2011. *Psikologi Usia Lanjut*. Yogyakarta: Gadjah Mada University press.
- Sugiyono. 2005. *Memahami Penelitian Kualitatif*. Bandung: Alfabeta.
- Suratno, P. dan Heniy A. 2009. *Gusti Ora Sare: 90 Mutiara Nilai Kearifan Budaya Jawa*. Yogyakarta: Adiwacana.

Suryabrata, S. 1986. *Psikologi Kepribadian*. Jakarta: Rajawali.

Susilaningsih. (1996). *Dinamika Perkembangan Rasa Keagamaan pada Usia Remaja (makalah)*. Disampaikan pada diskusi ilmiah dosen fak. Tarbiyah IAIN.

Widharyanto, dkk. 2001. *Kamus Pepak Basa Jawa*. Yogyakarta: Badan Pekerja Kongres Bahasa Jawa.

Yin, R. K. 2005. *Studi Kasus, Desain dan Metode*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.